l'Ateneu Divers

GRUP CALIU L'ATENEU DIVERS

JUNY



ACTIVITATS DESTACADES:

- **INICI CAMPANYA VERKAMI** Engeguem la campanya solidària de recaptació de fons a través de Verkami! Esteu atents/es a la informació especial que us enviarem per a saber com funciona, haureu d'animar als vostres amics/gues, familiars, companys/es... perquè ens ajudin en aquesta iniciativa!!!

- **REVETLLA DE SANT JOAN!** No us perdeu la festa d'aquest any!!! Sopar, coca de Sant Joan i ball al carrer.

GRUP CALIU

L'Ateneu Divers.

Carrer Pàdua 30, Baixos.

08023 BARCELONA.

93.237.27.16

Dimarts, dimecres i dijous de 17h a 20h.

www.grupcaliu.cat

grupcaliu@yahoo.es

SECCIÓ MEDIACIÓ EN EL LLEURE



PROJECTE ACTIVA'T

Continuem amb les activitats a les instal·lacions esportives!!!

Ampliem els horaris de les activtats!!!

- **Dimarts 10h a 13h del matí al CEM SARDENYA**
- **Dissabtes de 10h a 14h al CEM CAN CARALLEU**
- **Dilluns a Divendres de 16:30h a 20:30h a les diferents instal·lacions de la Fundació CLAROR .**

Ara, a més a més de realitzar la classe que tenim assignada per aquell dia, podrem també realitzar d'altres classes i activitats.

No perdis l'oportunitat d'anar a un centre esportiu de forma gratuïta!!!



SECRETARIA

DIMARTS DE 17H A 20H

CURSOS I TALLERS:

- Francès 18h a 19h
- Control de l'€uro 18h a 19h.
- Coaching 19h a 20h.

Els dimarts seran els dies més variats, oferirem 4 tipus diferents d'activitats de sala:

Un dimarts serà una activitat de **BALL**, on aprendrem a realitzar alguns moviments bàsics de balls i danses més conegudes, amb l'objectiu principal de passar una estona divertida. Un altre dimarts serà una activitat de **RELAXACIÓ**, on utilitzarem diferents tècniques per aprendre a relaxar el cos i la ment. Una altra tarda l'activitat serà un monogràfic de **TASQUES DOMÈSTIQUES** bàsiques, en el qual aprendrem a realitzar aquelles feines necessàries de la casa i la cura personal, com ara cosir, planxar, bricolatge essencial...

SECRETARIA



DIMECRES DE 17H A 20H

CURSOS I TALLERS:

- Anglès 18:30h a 19:30h.
- Trenca't el Cap 18h a 19h.
- Escacs 19h (cada 2 setmanes)

ACTIVITAT DE SALA: **AUTODEFENSA DIVERSA**

El dret a defensar-nos davant d'una situació que posa en perill la nostra integritat és legítim.

La defensa personal t'ajuda a detectar el més aviat possibble una situació potencial de risc per tal de prevernir-la i buscar l'alternativa més saludable per sortir d'aquesta situació de forma ràpida.

Els principals beneficis de l'autodefensa són: Motivar un **estil de vida dinàmic i saludable**, augmentar el sentiment de **confiança i seguretat**, aportar una major **concentració**, millorar la **coordinació i l'equilibri** postural, així com facilitar la **canalització d'emocions tòxiques**.

L'autodefensa diversa és una fusió de diferents arts amrcials amb la psicologia positiva , tot integrant autodefensa **verbal, emocional i física**.

"Jo no en dic violència quan és autodefensa, en dic intel·ligència" Malcom X

SECRETARIA



DIJOUS DE 17H A 20H

CURSOS I TALLERS:

- Noves Tecnologies: **TAULETES** 18h a 19h
- Italià 17:30h a 18:30h.
- Conversation and Coffee 19h a 20h
- Ràdio Caliu 19h a 20h. (l'Últim dijous de cada mes programa en directe).

ACTIVITAT DE SALA:

Els dijous seran els dies dedicats a les activitats de **CUINA CREATIVA**.

Cada trimestre canviarem el tipus de menjar i el·laboració. Aquest primer trimestre treballarem **Dolços i rebosteria**, aprendrem a fer pastissos, croissants, cupcakes, macarons, diferents postres amb milfulles...

C/PÀDUA,30 BAIXOS, BARCELONA <M>LESSEPS

GRUP CALIU



PER FI ÉS DIVENDRES

MARC DANTUVI

Divendres, 28 de juny, 18h

IMPRESCINDIBLE CONFIRMAR ASSISTÈNCIA A: grupcaliu@yahoo.es o trucant al 93 237 27 16

DISSABTE TEMÀTIC

Dissabte, 29 de juny, 18h

JOAN PALÀ

Taller demostració del percussionista de Txarango

ÀLEX CARMONA FOTOGRAFIA

REVETLLA DE SANT JOAN

NO US PERDEU LA NIT MÉS MÀGICA DE L'ANY!!!

Farem un sopar de Càtering al Local de l'Ateneu.

El sopar consistirà en un seguit d'aperitius, entrepanets variats, canapès, wraps de diferents sabors... De postres la típica coca de Sant Joan (crema, fruita, llardons...) begudes i cava per fer el brindis!!!

Després anirem a ballar fins que el cos aguanti a una de les propostes de ball al carrer prop del local.

Quedarem el **Diumenge 23 de Juny a les 21h al Local de l'Ateneu**

PREU: 35€

Us preguem que **NO feu el pagament pel banc**, si no a la secretaria del centre.

Si voleu participar de l'activitat us **haureu d'apuntar ABANS del Dimarts 14 de JUNY a la secretaria del centre o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es.**





CAPS DE SETMANA

MERCATS I TIBERIS

Dissabte 8 de juny

Anirem a visitar el **Radical Market**, una fira de descomptes de primeres marques, a més hi ha una zona gastronòmica especial amb FoodTrucks i d'altres propostes, farem Mercat i Tiberi el mateix dia!!! .

Quedarem el **Dissabte 8 de juny a les 11h a davant de la porta de l'Hotel Catalonia Plaza a la parada de metro Plaça Espanya.**

PREU: 3€

Si voleu participar a l'activitat us haureu d'inscriure a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es abans del dijous 6 de juny.



DISSABTE OBERT

Dissabte 8 de juny

De 18h a 20h al Local de l'Ateneu.

DISSABTE DISCO

Dissabte 22 de juny

De 18h a 20h al Local de l'Ateneu.

DIUMENGE DE COMPETICIÓ

Diumenge 30 de juny

De 18h a 20h al local de l'Ateneu.



SECCIÓ ARTS ESCÈNIQUES

GRUP DE TEATRE

Són 2 dilluns al mes en horari de 17:30h a 19h.

Amb el teatre treballem la concentració, la memòria i la creativitat. Així com el domini del cos, el treball en equip, la vocalització o la comprensió.

PREU: 5€ / mes

Si esteu interessats/des, us heu d'apuntar a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.

SECCIÓ AUDIOVISUAL I COMUNICACIÓ

SESSIÓ GOLFA

CURTMETRATGES

Aquest mes de juny us proposem una idea ben engrescadora!!!

Veurem diferents curtmetratges, que són mini pel·lícules més curtes. Posarem de diferents temàtiques: divertits, de fantasia, d'aventures, de reivindicació...

Us assegurem una tarda moooooolt entretinguda!!!

Diumenge 9 de juny a les 17:30h a la seu de l'Ateneu.

Si esteu interessats/des en participar, us podeu inscriure a la secretaria de l'Ateneu o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es

RÀDIO CALIU

En aquest espai treballarem: L'el·laboració dels continguts i l'estructura del programa. La realització de Falques, entrevistes i àudios gravats. La realització del programa en directe.

DIJOUS 6, 13 i 20 de juny de 19h a 20h preparació dels continguts del programa.

DIJOUS 27 de juny de 19h a 20h Programa en directe.

PREU: 5€/mes

El programa també el podreu sentir a www.onadesants.cat

Si esteu interessats/des en participar d'aquest taller, us podeu inscriure a la secretaria de l'Ateneu o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es

SECCIÓ LLENGÜES ESTRANGERES

ANGLÈS

- Conèixer les principals eines per donar resposta a situacions quotidianes.
- Aprendre a construir frases senzilles gramaticalment correctes.
- Identificar la pronunciació correcta i ser capaç de reproduir-la.

DIMECRES 5, 12, 19 i 26 de juny de 18,30h a 19,30h. 18€/mes.

DISSABTES: 1 i 8 de juny d'11,30h a 13h. 10€/mes.

RECORDEU QUE HEU D'ARRIBAR PUNTUALS A LA CLASSE.

CONVERSATION AND COFFEE

Tardes de conversa, practica la teva capacitat d'escolta activa i comunicació en anglès.

Dijous 6, 13, 20 i 27 de juny de 19h a 20h.

PREU: 6€/mes.

ITALIÀ

En aquest curs buscarem:

- Aprendre els fonaments més bàsics de la llengua.
- Conéixer les expressions més comunes.
- Ampliar el vocabulari.

Dijous 6, 13, 20 i 27 de juny de 18h a 19h. PREU: 8€/mes.

FRANCÈS

ANIMEU-VOS!!! US ESPEREM PER COMENÇAR EL CURS.

En aquest curs buscarem:

- Aprendre els fonaments més bàsics de la llengua.
- Conéixer les expressions més comunes.
- Ampliar el vocabulari.

Serà els Dimarts per la tarda. PREU: 8€/mes.

SECCIÓ LLENGUA I LITERATURA CATALANA

CATALÀ

Objectius:

- Millorar el teu català a nivell d'escriptura, conversa i comprensió.
- Aprofundir en el coneixement sobre els autors de literatura més destacats en llengua catalana.
- Conèixer la història i cultura catalanes

DILLUNS 3 i 17 de juny de 17h a 18:30h.

PREU: 8€/mes.

SECCIÓ ECONOMIA PERSONAL

TRENCA'T EL CAP

Practica amb operacions matemàtiques senzilles per agilitzar els càlculs mentals sense calculadora i entendre els enunciats dels problemes.

DIMECRES 5, 12, 19 i 26 de juny de 18h a 19h.

PREU: 4€/mes

COACHING EN ECONOMIA DOMÈSTICA

DIMARTS 4, 11, 18 i 25 de juny de 19h a 20h.

PREU: 4€/mes

CONTROL DE L'€URO

Un taller pràctic on es faran exercicis per aprendre a calcular el canvi quan anem a comprar, conéixer el valor de les monedes i billets, tot a través de jocs i activitats pràctiques per fer-ho més entretingut.

DIMARTS 4, 11, 18 i 25 de juny de 18h a 19h.

ACTIVITAT GRATUÏTA

SECCIÓ NOVES TECNOLOGIES

MÒBILS I TAULETES TÀCTILS

OBJECTIUS:

Conéixer com funcionen els diferents dispositius mòbils i tablets.

Conéixer i aprendre a fer servir les aplicacions més conegudes.

Aprendre a resoldre els problemes de funcionament i manteniment més comuns.

MÒBILS: DILLUNS 3 i 17 de juny de 19h a 20h.

TAULETES: DIJOUS 6, 13, 20 i 27 de juny de 18h a 19h.

PREU: 4€/mes

SECCIÓ ESCACS

ELS DIMECRES SÓN D'ESCACS



Quina és la màgia dels escacs perquè hi juguin més de 600 millions de persones?

Vine a descobrir-ho el **dimecres 12 i 26 de Juny amb en Jaume!!!**.

Tant si no saps jugar com si vols millorar la teva estratègia... T'hi esperem!!!

SECCIÓ ESPORTIVA

ESPORTS EMERGENTS

DIUMENGE 9	DIUMENGE 23
RUGBY PLATJA	HANDBOL PLATJA

Quedarem els dos diumenges 9 i 23 de juny a les 11h a fora de la parada de Metro Ciutadella Vila Olímpica (L4 groga)

Cal portar: **ROBA D'ESPORT, calçat esportiu, gorra i aigua.**

Us heu d'apuntar a la secretaria de l'ateneu o al correu electrònic grupcaliu@yahoo.es.

PISCINA

Cuida la teva salut a través de l'activitat física a l'aigua. Activitats de Natació i també fitness aquàtic.

Divendres 7, 14 i 21 de Juny.

CEM Marítim. Pg. Marítim 33.

PREU: 20€/mes

FUTBOL I BÀSQUET MIXT

Vols venir a entrenar i gaudir de l'esport? No és un equip per competir en cap lliga. Són entrenaments per gaudir del joc, entrenar i millorar la pràctica. Participen tant homes com dones, apunta't!!!

Dimecres 5, 12, 19 i 26 de juny a les 18h a la Parada de Metro Ciutadella Vila Olímpica (L4 groga).

PREU: 6€/mes

PILATES POSTURAL

Cuida la teva esquena, millora la teva postura i elimina els dolors físics amb una pràctica suau i conscient del teu cos. Aquesta activitat es realitza al Local de l'Ateneu.

Us esperem el dilluns 3 de juny a les 18:15h

ACTIVITAT GRATUÏTA

COMISSIÓ PER LA RECUPERACIÓ DE LA MEMÒRIA HISTÒRICA I DESCOBRIMENT DEL TERRITORI CATALÀ

Anirem a visitar la **Buenos Aires**, una casa Modernista històrica de Vallvidrera va ser l'Hotel Buenos Aires, i des de fa poc temps veïns de Vallvidrera l'han reivindicat com a espai pel barri i li dónen un ús social. Coneixerem la casa i les seves activitats. IMPERDIBLE!!!

Quedarem el **Dissabte 29 de Juny a les 11h a fora de la parada de FGC Provença** (Sortida Balmes-Roselló).

ACTIVITAT GRATUÏTA

Si voleu participar de l'activitat us haureu d'apuntar a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es abans del **dijous 27 de juny.**

ARTS ESCÈNIQUES

Anirem a veure el Musical **FOREVER KING OF POP** sobre en **Michael Jackson**!!!!

Quedarem el **Diumenge 16 de juny les 19h a la porta del teatre Coliseum** (Gran Via de les corts Catalanes 595, prop de Rambla Catalunya).

PREU: 40€

Si voleu participar de l'activitat us haureu d'apuntar a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es abans del **dimarts 4 de juny.**

OCI NOCTURN I FESTES POPULARS

Ens trobem a la revetlla de **Sant Joan**!!!

FEM NOSTRA LA CIUTAT

Anirem a fer una visita a la **Casa de l'Aigua de Trinitat Nova.**

Va ser una antiga instal·lació depuradora d'aigües de la ciutat. Avui en dia es destina a fer activitats de difusió i culturals.

Us esperem el Dissabte 22 de juny a les 11:15h a la parada de Metro Via Júlia (L4 groga)

Si voleu participar de l'activitat us haureu d'apuntar a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es abans del **dimarts 18 de juny.**



PALO ALTO MARKET

COMISSIÓ DE JOVES

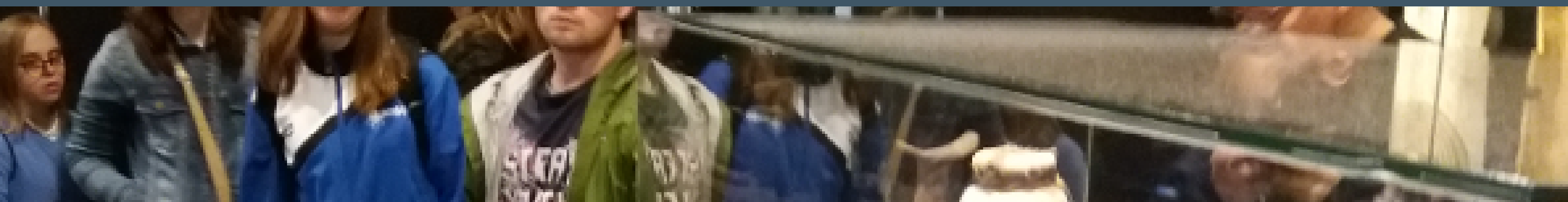
Dissabte 1 de juny

Anirem a visitar el **Palo Alto Market**, un mercat de noves tendències amb una zona especial gastronòmica de Food-Trucks on poder prendre alguna cosa i menjar.

Dissabte 1 de juny a les 18:30h a la parada de Metro Selva de Mar (L4 groga Sortida Provençals)

ACTIVITAT GRATUÏTA (Porteu el carnet acreditatiu de la discapacitat)

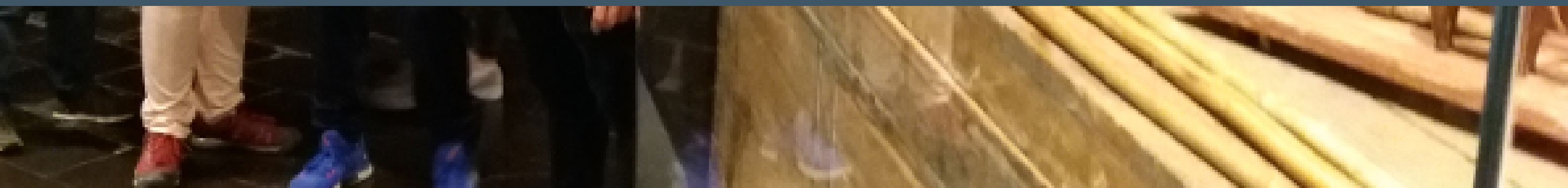
Si voleu participar de l'activitat us haureu d'apuntar a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es.



DIVENDRES JOVE FINAL DE TEMPORADA

Divendres 14 de Juny

Anirem a prendre alguna cosa per acomiadar la temporada i preparar les activitats de la vinent!!! Porteu propostes!!! Quedarem el **divendres 14 de juny a les 18h** al local de l'Ateneu. Porteu diners per prendre alguna cosa.



MARATÓ DE CINEMA

Diumenge 30 de juny

Tal i com vàreu decidir a la reunió del mes d'abril, farem una marató de pel·lícules a la seu de l'Ateneu.

Quedarem el **Diumenge 30 de juny a les 11h al local de l'Ateneu.**

Veurem la primera pel·lícula, dinarem i després veurem una segona.

A la reunió es van decidir les següents opcions:

- **Mary Poppins i el Retorn de Mary Poppins**
- **Animales Fantásticos (1 i 2)**
- **Harry Potter (1 i 2)**

Portarem totes les pel·lícules i decidirem allà mateix quines 2 veurem.

PREU: 5€ (Dinar i crispetes)

Si voleu participar de l'activitat us haureu d'apuntar a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es abans del **dijous 27 de juny. Haurem de ser un mínim de participants per a dur a terme l'activitat, apunteu-vos!!!**

JUNY

		DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31	DISSABTE 1	DIUMENGE 2
JUNY		Secretaria Trenca't el Cap Anglès SALA: DEFENSA PERSONAL FUTBOL/BASQUET	Secretaria SALA: CUINA CREATIVA Italià NOVES TEC: Tauletes Conversation and Coffee RÀDIO CALIU	Piscina	Anglès COMISSIÓ JOVES "Palo Alto Market"	
DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7	DISSABTE 8	DIUMENGE 9
Català PILATES POSTURAL NOVES TECNOLOGIES: Mòbils	Secretaria Taller CONTROL EURO Coaching	Secretaria Trenca't el Cap Anglès SALA: DEFENSA PERSONAL FUTBOL/BASQUET	Secretaria SALA: CUINA CREATIVA Italià NOVES TEC: Tauletes Conversation and Coffee RÀDIO CALIU	Piscina	Anglès MERCATS I TIBERIS "Radical Market" DISSABTE OBERT	ESPORTS EMERGENTS "Rugby PLATJA" SESSIÓ GOLFA "Especial CURTMETRATGES"
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14	DISSABTE 15	DIUMENGE 16
FESTIU	Secretaria Taller CONTROL EURO Coaching	Secretaria Trenca't el Cap Anglès SALA: DEFENSA PERSONAL ESCACS FUTBOL/BASQUET	Secretaria SALA: CUINA CREATIVA Italià NOVES TEC: Tauletes Conversation and Coffee RÀDIO CALIU	Piscina DIVENDRES JOVE		ARTS ESCÈNIQUES "Forever King Of POP"
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21	DISSABTE 22	DIUMENGE 23
Català GRUP DE TEATRE NOVES TECNOLOGIES: Mòbils	Secretaria Taller CONTROL EURO Coaching	Secretaria Trenca't el Cap Anglès SALA: DEFENSA PERSONAL	Secretaria SALA: CUINA CREATIVA Italià NOVES TEC: Tauletes Conversation and Coffee RÀDIO CALIU	Piscina	FEM NOSTRA LA CIUTAT "Casa de l'Aigua" DISSABTE DISCO	ESPORTS EMERGENTS "Handbol PLATJA" **REVETLLA DE SANT JOAN**
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28	DISSABTE 29	DIUMENGE 30
FESTIU	Secretaria Taller CONTROL EURO Coaching	Secretaria Trenca't el Cap Anglès ESCACS SALA: DEFENSA PERSONAL	Secretaria SALA: CUINA CREATIVA Italià NOVES TEC: Tauletes Conversation and Coffee RÀDIO CALIU	PER FI ÉS DIVENDRES "Marc Dantuvi"	COMISSIÓ Mª Hª TERRITORI "Casa Buenos Aires" DISSABTE TEMÀTIC "JOAN PALÀ"	COMISSIÓ JOVES "Marató de Cinema" DIUMENGE DE COMPETICIÓ